



のびのびひろば
令和8年1月

あけましておめでとうございます
寒さが一段と厳しくなりますが、風邪に負けないように元気に体を動かして遊びましょう。
今年も、子どもたちと楽しく遊んだり、成長と一緒に支えていけたらと思っています。
今年もよろしくお願いいたします。

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8 お正月フォト を撮ろう♪	9	10
11	12	13	14	15 絵本を 楽しもう!	16	17
18	19	20	21	22	23 栄養指導 計測日	24
25	26	27	28	29 節分制作を しよう☆	30	31

※色のついている日はお休みです。
* 名称 のびのびひろば わかば保育園 ☎ 0254(99)2230
* 開設時間 午前10:00~11:30 午後1:30~2:30
* 感染症の流行などでお休みする事がありますので、ご了承ください。
* 計測や絵本の貸し出しなど、いつでも行っていますので、お気軽にお声がけください。
* 毎週木曜日はテーマ日となっていますが、その日の様子や都合で変更になることもあります。

寒さに負けない 体づくり!

もうすぐ大寒(毎年1月20日頃)。一年でいちばん寒さが厳しくなる時期です。気温が低く、空気が乾燥するこの時期は、インフルエンザや感染症にかかりやすくなります。体を元気にする食事をとって、寒い冬を乗り切りましょう。

タンパク質…魚や大豆製品
ウイルスをやっつける白血球はタンパク質から作られます。積極的に取り入れましょう。

ビタミンA、C…緑黄色野菜や果物
ウイルスに対する抵抗力を強くする働きがあり、免疫力がアップします。

2026年は午(うま)年
可愛いおうまさんに変身して
お正月フォト撮りませんか♡

- ## お知らせ

 - 8日 フォトスペースでお正月の記念写真を撮りましょう♪
 - 15日 飛び出す絵本やしかけ絵本など色々な絵本を楽しみましょう
お気に入りの絵本は見つかるかな?
 - 23日 栄養士が来園します。ミルクや離乳食のことなど、気になることがあればご相談ください。
 - 29日 豆まきに向けて、鬼のお面作りをしましょう。

2月3日に、豆まきを予定しています。会場：すくすくひろば
すくすくひろばのお友だちとの交流を楽しみながら、元気に過ごせるように「おには～そと」「ふくは～うち」と豆まきをしましょう。

2026年も子どもたち、おうちの人にとって
健やかに良い一年になりますように・・・☆

